

Hachioji

11.1

2012(平成24年)

No. 1266

生まれてきてくれて
あいがとう

特集 11月は「児童虐待防止推進月間」

この喜び いつまでも

市長 コラム

八王子の顔づくりを始動

今秋、八王子駅北口に賑わいが戻ってきました。

10月20日のインフォメーションセンター、25日の「セ

レオ八王子北館」と、新たな施設が次々オープンし、明るい話題がまちに元気を与えてくれます。特に、衝撃的な「そう閉店」からわずか9か月で大型商業施設に生まれ変わった駅ビルは、200もの専門店や多摩地域最大級の食品売り場など内容も充実しており、今後の中心市街地の活性化に大きく寄与してくれることでしょう。

駅ビル内には、八日町に開設していた親子つどいの広場を「ゆめきつず」と改称して移設。より広いスペースが交通至便の場所に確保できたことで、さらに多くの方々にご利用いただけるものと期待しています。

さらに今月から、マルベリーブリッジの延伸工事にも着手予定。これは、駅前の歩行空間の安全確保にとどまらず、都の産業交流拠点整備計画に合わせた旭町・明神町地区のまちづくりへの第一歩とも言えるものです。

このまちの顔である八王子駅とその周辺地域の一体的な整備により、新たな魅力と賑わいを創出。ひいては市全体の活力にもつながるものと確信しているところであり、引き続き、攻めのまちづくりにより、全力を傾注してまいります。

八王子市長 石森孝志 たかゆき



子ども虐待の連絡窓口

【午前9時～午後7時(日曜、祝・休日は5時まで)】
子ども家庭支援センター ☎656・8225

【月～土曜日 午前9時～午後5時】
地域子ども家庭支援センター
館(たて) ☎661・0072
石川 ☎648・0040
みなみ野 ☎635・4152
南大沢 ☎678・3100
元八王子 ☎624・8300
東京都八王子児童相談所 ☎624・1141
(土曜日を除く)

【夜間、土・日曜日、祝・休日】
東京都児童相談センター ☎03・3208・1121

※緊急の時は、警察(☎110)へ

子育ての相談窓口

上記の子ども家庭支援センターと各地域子ども家庭支援センターのほか、各保健福祉センターでは、お子さんの育児・栄養・健康の悩みについて随時相談を受け付けています。

【月～金曜日 午前9時～午後4時】
大横保健福祉センター ☎625・9200
(保健センター内)
東浅川保健福祉センター ☎667・1331
南大沢保健福祉センター ☎679・2205

また、市内にはお子さんと保護者の皆さんの交流の場として、親子ふれあい広場・親子つどいの広場を開設しています。ぜひご利用ください。
※クリエイトホール1階の親子ふれあい広場の開館時間は、11月1日から午前10時から午後4時までに変更になります(月・火曜日は休館)。

インタビュー



児童虐待をはじめ、子育ての相談を受けている子ども家庭支援センター。虐待を防ぐために大切なことを聞きました。

皆さんの協力が子どもを救います

子ども家庭支援センター
山本 美樹

子どもが自宅に置き去りにされ死亡する事件など、最近児童虐待のニュースを多く目にします。実際、子ども家庭支援センターへの相談件数も年々増えているのが現状です。

児童虐待の多くは、家庭という閉じられた場で起こり、その原因は育児不安や子どもの健康問題など多岐に渡ります。センターでは、虐待の相談はもちろん、「子どもが言うことを聞かない」「授乳方法に不安がある」といった子育ての相談も受けています。不安やストレスを一人で抱え込まず、まずは相談してほしいですね。

児童虐待から子どもの命を守るためには、地域の皆さんの協力が欠かせません。「虐待かも」「子どものようすがいつもと違う」と少しでも感じたら、センターに連絡してください。

一人で悩まないで相談を
「子どもの行動が気になる」「自分だけがうまく子育てできていないのでは」「子育てに悩みを抱える方は数多くいます。一人ですべてを抱え込まずとせず、つらさや不安を周りに伝えることが大切です。市は、虐待についての相談以外にも、子育てに関する相談を受け付けています(左記参照)。一人で悩まず、まずは相談してください。」
また、保育園や幼稚園、児童館では「だれでもどこでも相談」を実施しています。子育てに関する豊富な知識を持った職員が、園児やその保護者だけでなく、地域の皆さんの相談に応じます。



子どもの笑顔を守るのはあなた

11月は児童虐待防止推進月間です。年々増える児童虐待。子どもたちの笑顔を守るため、私たち一人ひとりができることを考えましょう。

自分の子どもを殴ったり、家や車に置き去りにしたり... そうした子どもをめぐる事件が頻繁に起きています。本来愛すべき存在であるわが子。なぜそうした事件が起きているのでしょうか。
近年、核家族化が進み、家庭環境は大きく変化しました。家族に悩みはつきもの。かつては家庭内の悩みを祖父母や近所の人に相談し、解決することができましたが、今は人間関係が希薄化し、一人で悩みを抱える方が増えていきます。こうした家庭におけるさまざまな不安のほけ口として、もっとも立場の弱い子どもが犠牲になっていくのです。

疑わしきは連絡を
近所からひどい泣き声が聞こえる、殴られたような不自然な傷やアザがある。こうした状況の子どもは、虐待を受けている可能性があります。「虐待かもしれない」と感じた時は、すぐに左記の機関に連絡をしてください。虐待の事実がないと分かっても責任を問われることはありません。

さまざまな児童虐待

一言に「児童虐待」といっても身体的なものから精神的なものまで種類はさまざま。次の4つが挙げられます。

身体的虐待

殴る、蹴る、激しく揺する、屋外に締め出すなど

性的虐待

性的行為の強要、性器などを見せる、裸にして写真やビデオを撮るなど

ネグレクト(育児放棄)

食事を与えない、病院に連れて行かない、学校に行かせない、乳幼児を家や車に置き去りにするなど

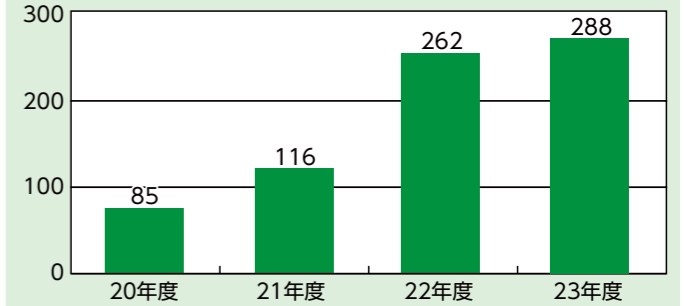
心理的虐待

言葉による脅し、無視、ほかの兄弟と激しく差別するなど

子どもを虐待から守るための5か条

- 1 「おかしい」と感じたら迷わず連絡を
- 2 「しつけ…」のつもりは言い訳
- 3 一人で抱え込まない
- 4 親の立場よりも子どもの立場
- 5 虐待はあなたの周りでも起こりうる

児童虐待相談件数合計(子ども家庭支援センター)



市民啓発イベント

講座「子育てにおける孤立と地域」

日時 11月10日(土)午後2時～4時30分
会場 クリエイトホール
定員 170名(抽選)
費用 無料
申し込み 往復ハガキ、ファックス、Eメールに「市民啓発講座」と住所・氏名・年齢・電話番号、往復ハガキは返信面の宛名を書いて、11月8日(必着)までに八王子市地域子ども家庭支援センター 館〒193・0944 館町1566 ☎6661・0007 2、FAX 6661・0009、Eメール b081906@city.hachioji.tokyo.jp

児童虐待防止のキャンペーン

11月の「子ども・若者育成支援強調月間」と合わせて、駅頭や市内のイベントでパンフレットなどを配布し、児童虐待・青少年の犯罪防止を呼び掛けます(詳しくは本紙4ページをご覧ください)。

問い合わせ 子ども家庭支援センター(☎656・8225、FAX 656・8226)へ

11月は「子ども・若者育成支援強調月間」

八王子駅などでキャンペーンを実施

市は、11月の「子ども・若者育成支援強調月間」に合わせて、青少年健全育成キャンペーンを実施します。これは、青少年を取り巻く犯罪・有害情報などの問題改善を図るとともに、市民の皆さんに青少年の健全育成に関心を持っていただくために行うものです。日頃から子どもたちの見守り活動を行っている青少年対策地区委員会や、育成指導員の皆さんと市が連携して取り組みます。

広報活動を実施

推進月間が同じ11月である児童虐待防止と合わせて青少年の健全育成を呼び掛けます。
 日時 ①11月11日(日)午後1時30分～3時、②11月17・18日の午前10時～午後4時



▲健全育成を呼び掛けるポスター

会場 ①八王子駅北口マルベリーブリッジなど、②いちよう祭り会場内の旧陵南会館前

実態調査にご協力を

キャンペーン期間中、青少年の生活環境の実態を把握するため、各種実態調査を実施します。

内容 ▼ビデオソフトの販売・レンタル店での18歳未満の規制コーナーの設置・文章表示の有無など ▼図書販売店での不健全雑誌の陳列状況・陳列数 ▼ゲームセンター・インターネットカフェの営業形態など

講演会の開催も

非行などさまざまな問題を抱える若者のサポート事業として講演会「たった一人との出会いが人生を変える」を開催します。

日時 11月10日(土)午後6時30分～8時30分

会場 いちようホール
 定員 280名(先着順)

費用 無料
 申し込み 不要、直接会場へ

問い合わせ 児童青少年課 ☎620・7435、FAX 627・7776 へ

皆さんの生活に直結する市政情報などを紹介します。

地域で子どもたちを守る活動に取り組んでいる方に伺いました。

地域で子どもたちを育てる

青少年育成指導員会
 会長 鈴木 征治さん



プロフィール
 曙町二丁目在住。市内の中学校区域を単位に37の委員会で組織する青少年育成指導員会の会長を務める。

私は、青少年育成指導員として子どもたちが健やかに成長できるような地域での環境づくりや非行を防止するための取り組みを行っています。地域の子どもたちと一緒に清掃活動を行ったり、夜間子どもたちが集まりそうな公園やコンビニエンスストアなどを巡回し、声掛けなどを行います。定期的な活動を通じて、子どもたちとも顔なじみとなり、今では子どもたちの方からあいさつをしてくれるんですよ。

近頃は、隣近所との関係が少なくなり、自分の子ども以外には関心が無いという方が多くなったように感じます。私たちおとなが「地域で子どもを育てる」という意識を持って目を向けることが、子どもの健やかな成長につながると思います。

青少年に関する相談はこちらへ

市は、八王子地区保護司会と協力して「青少年サポートネット・はちおうじ」を設置しています。ここでは、罪や非行を犯した子どもの立ち直りなどを支援するため、専門相談員が常駐し、市民の皆さんからの悩みや相談に応じています。

青少年サポートネット・はちおうじ

☎657・4928

日時 月・火・木・金曜日の午前10時～午後3時
 (祝・休日、年末年始を除く)

所在地 クリエイトホール
 地下1階(東町5-6)

「生命保険料控除」「退職所得」が変更

市・都民税の制度が改正されました。変更点は次のとおりです。問い合わせは住民税課(☎620・7219、620・7354、FAX627・5918)へ。

■生命保険料控除

これまでの生命保険料控除は、「一般の生命保険料」と「個人年金保険料」の2種類が対象で、適用限度額は各3万5千円(合計適用限度額は7万円)でした。

これに加え、生命保険料控除の対象として平成24年1月1日以降の契約から「介護医療保険料」が新設されました。適用限度額は各2万8千円(合計適用限度額は7万円)です。生命保険料控除の計算

生命保険料控除の計算方法

	支払保険料の金額	生命保険料控除額
平成24年1月1日以降の契約(新契約)	12,000円以下	支払保険料の金額
	12,001～32,000円	支払保険料の金額×1/2+6,000円
	32,001～56,000円	支払保険料の金額×1/4+14,000円
	56,001円以上	一律28,000円
平成23年12月31日までの契約(旧契約)	15,000円以下	支払保険料の金額
	15,001～40,000円	支払保険料の金額×1/2+7,500円
	40,001～70,000円	支払保険料の金額×1/4+17,500円
	70,001円以上	一律35,000円

※一般の生命保険料、個人年金保険料、介護医療保険料の控除額について、それぞれ計算します。

計算の組み合わせ

契約内容	計算方法
新契約のみ	新契約の計算表で算定した額…①(適用限度額は28,000円)
旧契約のみ	旧契約の計算表で算定した額…②(適用限度額は35,000円)
新契約と旧契約の両方がある	新契約のみ、旧契約のみでそれぞれ①と②を算出し、その二つを合計した額(適用限度額は28,000円)

※計算の組み合わせは3通り。最も本人に有利となる額を適用することになります。

方法は左の表をご覧ください。

なお、平成24年に支払った保険料について各保険会社から「生命保険料控除証明書」が郵送されます。申告の際に必要な書類ですので、大切に保管してください。

■退職所得

平成25年1月1日以降に支払われる退職所得の税額計算が変更となります。変更点は次のとおりです。

▼10パーセントの税額控除を廃止 ▼特定役員の退職所得金額から退職所得控除額を引いた残額を2分の1する措置を廃止



WATCHING HACHIOJI
ウォッチング

はちおうじ

まちの話題



頂点めざして熱戦

10月12日から17日まで、「スポーツ祭東京2013・東京多摩国体」のリハーサル大会として、全国社会人サッカー選手権大会が上柚木公園陸上競技場や他区市の8会場で合同開催されました。この大会は社会人チームのナンバー1を決めるもの。今大会はFC KOREA(東京)が優勝しました。



国際交流フェスティバルを開催

10月7日、国際交流フェスティバルを学園都市センターで開催しました。これは、外国の方との交流を通じて、お互いの文化に対する理解を深めることを目的としたもの。異文化交流スペースでは、それぞれの国の民芸品などが並べられ、来場された方はその珍しさに興味津々なようすで、さまざまな国の方と言葉を交わしていました。

11月17・18日

いちよう祭り

市民手づくりの祭り「八王子いちよう祭り」が11月17日(土)と18日(日)の午前9時から午後5時まで(18日は4時30分まで)開催されます。今年のテーマは「33rdみらいみつめて発信 八王子の地から(力)」です。

問い合わせ 同祭典委員会
TEL 0668-83803 FAX 0673-6661



■クラシックカーパレード

日本で最初に始まったクラシックカーパレード。18日(日)正午から、約250台のクラシックカーが甲州街道をパレードします。



■じょいそーらんパレード

17日(土)午後1時から、約350人の踊り手が甲州街道の高尾駅北口から、多摩御陵参道までパレードします。



■関所オリエンテーリング

本部・各関所で販売する甲州道中通行手形(木製500円)に、6か所以上の関所で焼き印を受けると福引きができます。12か所すべてを回った方には、パーフェクト賞を差し上げます。各関所の受付は午後4時までです。



会場案内図



- A 世界の屋台、全国ご当地グルメ屋台村、ステージ
- B 全国・近隣地域観光物産展
- C ふるさとバザール、東日本復興支援イベント
福島県、宮城県の特産品販売、工夫をこらした屋台など
- D 全国・近隣地域観光物産展、学生広場、ステージ
- E お祭り広場、ステージ

- F 和太鼓お祭り広場、ファミリーランド
- G わくわく広場
- H イベント「三國が音楽で結ばれる日」
- I 発明展
- J ビデオ展
- K 野球教室

※詳しくは八王子いちよう祭りのホームページをご覧ください。



受診期間は 来年1月31日まで

今年度の市の特定健診の受診は、来年1月31日までです。例年、健診終了前は混雑し、健診が受けづらくなります。対象者で、まだお済みでない方は、お早めに受診をお願いします。

なお、各医療機関の休診日にご注意ください。

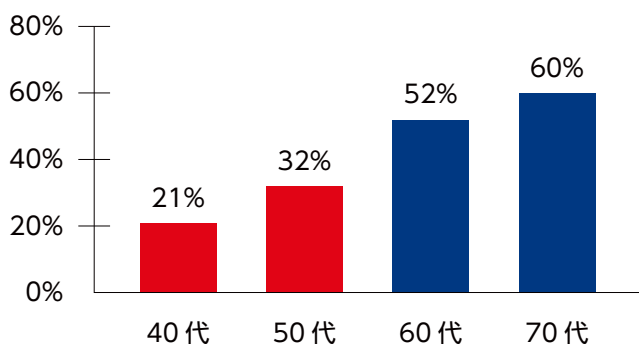
”健診受けて 健康“を確かめよう

あなたは、健康に自信がありますか。普段、健康だと思っ
ていても気づかないうちに生活習慣病が進行している
とがあります。1年に1度、特定健診を受診して、健康づく
りに役立ってください。

特定健診は40歳から75歳未満の方を対象とした健診です。さまざまな病気の原因となるメタボリックシンドローム(以下、メタボ)に着目し、糖尿病や脳梗塞、心筋梗塞などの生活習慣病の予防・改善を目的に実施するものです。市では、市の国民健康保険の加入者を対象に特定健診を行っています。

メタボは、内臓の周りに脂肪が過剰にたまり、病気につながる危険が高まっている状態です。自覚症状がないまま進行する場合があります。治療には経済的な負担がかかることも長い闘病生活が必要になります。

平成23年度特定健診受診率



「まだ若いから大丈夫」は禁物

昨年度の特定健診の受診率は、約46パーセントと対象者のおよそ半分。働き盛りである40代は21パーセント、50代も32パーセントと受診率が低くなっています(右図参照)。

メタボ対策の第歩は自分の体を知ること。「まだ若いから大丈夫」は禁物です。若いうちから毎年、特定健診を受け、体の状態を点検することが大切です。

問い合わせ 地域医療推進課(662)

07428、FAX6211027

9)へ

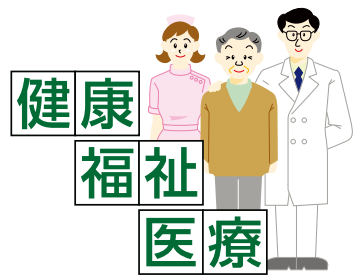
「特定保健指導」で健康づくりを

特定保健指導は、市の特定健診でメタボやその予備群と診断された方を対象に生活習慣の改善を支援する制度です。保健師や管理栄養士が一人ひとりに合った健康づくりの方法を一緒に考えます。

特定保健指導の費用は無料です。案内が届いた方は有効に活用してください。なお、市の国民健康保険以外の健康保険に加入している方の特定健診や保健指導は、各保険者が行います。



▲保健指導を利用した約7割の方が体重や腹囲が減少



検診

◆12月の胃がん検診

対象 市内在住で、昭和48年3月31日までに生まれ、次に該当しない方
 ▼5月以降に胃部X線検査を受けた
 ▼妊娠中かその可能性がある
 ▼勤務先などで受診できる
 ▼胃、または十二指腸の手術を受けたか、現在治療中
 ▼検診台の上で姿勢を変えられない ※バリウムを使ったX線検査を行います。治療中の病気がある方は主治医にご相談を。
 会場・期日 右下表のとおり
 時間 午前中 費用 500円(70歳以上、生活保護を受けている、平成23年度市民税非課税世帯の方は無料) 申し込み ハガキ、または封書(1人1通)に「胃がん」と希望会場名・期日(第5希望まで)・住所・氏名(ふりがな)・性別・生年月日・電話番号を書いて、11月12日(必着)に八王子市役所地域医療推進課(〒192-8501 ☎620-742

8) ※市のホームページからも申し込みできます。申込結果は、11月27日頃郵送します。

12月の胃がん検診日程

会場	期日	会場	期日
由木東市民センター	3日	台町市民センター	6・11日
南大沢保健福祉センター分室	3・10日	横山南市民センター	7日
大和田市民センター	4日	北野事務所	7・11・14日
元八王子事務所	4・12日	由井事務所	10日
横山事務所	5日	川口事務所	12日
市役所本庁舎	5・13日	加住市民センター	14日
中野市民センター	6日	東浅川保健福祉センター	17日

※各会場・期日ごとの定員は48名(先着順)です。偶数月は女性の検診から先に行います。

相談

◆健診データ改善相談

対象 市内在住で血糖値・コレステロール・中性脂肪・血圧が気になる方、またはその家族
 日時 11月22日(土)・11月29日(土)の午前9時30分～午後3時30分(1人50分程度) 会場

講座・教室

◆講演会「がんばらない介護」

内容 日本で初めて「がんばらない介護」を提唱した野原すみれさんによる講演
 日時 11月11日(日)午後1～3時
 会場 北野市民センター 定員 297名(先着順) 費用 無料 申し込み 不要、直接会場へ 問い合わせ 高齢者支援課(☎620-7294)

◆難病講演会「遺伝性脊髄小脳変性症の日常診療」

対象 市内在住・在勤で脊髄小脳変性症の療養者とその家族
 日時 11月15日(木)午後2～4時 会場 保健所 定員 50名(先着順) 費用 無料 申し込み 11月1日から電話で保健所保健対策課(☎645-5111)

◆女性の健康講座「こころとからだのアンチエイジング」

対象 市内在住で40～64歳の女性
 内容・期日 ▼がんと生活習慣病予防法

振り込め詐欺——市内で1千万円の高額被害も

「自分だけは大丈夫」が思わぬ落とし穴に

9月末現在、市内では振り込め詐欺による被害が37件発生しています。被害金額の総額は約1億5千万円(昨年同期比で3件増、7千300万円増)と、1件あたりの被害金額は倍増しています。

市内ではこんな事例も。まず、息子を名乗る犯人が電話をかけてきて「会社の小切手が入ったカバンを電車の中に忘れてきた。このままでは会社をクビになる」と不安にさせる。さらに鉄道会社の遺失物センターを名乗り「息子さんのカバンが出てきたが、小切手が見つからなかった」という電話をして信用させ、1回で500万円、1千万円と高額をだまし取られる被害に。手口はますます巧妙化しています。

「自分だけは大丈夫」は禁物です。在宅中でも常に留守番電話に設定するなど、不審な電話には絶対に出ないようにしましょう。

対策には留守番電話の設定が効果的



不審な電話がかかってきたら「110番」通報してください。



▲食の大切さを楽しく学びませんか

はちおうじ食育フェスタ

内容 食育活動団体の出展、食育ビッグかるた大会、スタンプラリーなど
 日時 11月10日(土)午前10時～午後3時30分
 会場 富士森公園陸上競技場(雨天の場合は市民体育館で)
 費用 無料
 申し込み 不要、直接会場へ
 問い合わせ 同事務局(保健所生活衛生課内 ☎645・5111、FAX644・9100)へ

「ういずサービス」(在宅福祉サービス)は、高齢や病氣、出産などで困りの

◆「ういずサービス」協力員登録説明会

対象 給食施設の食品衛生責任者など
 日時 11月20日(火)午後2時～4時30分
 会場 いちようホール
 定員 200名(先着順) 費用 無料
 申し込み 不要、直接会場へ 問い合わせ 保健所生活衛生課(☎645・5111)

◆食品衛生実務講習会

福祉のまちづくり

対象 市内在住で65歳以上の足腰が弱く、つまづきやすい方(初めての方を優先。介護保険認定者を除く)
 日時 12月18日(来年3月26日の火曜日の午後1時15分～3時30分(全10回))
 会場 大横保健福祉センター
 定員 10名(抽選) 費用 無料
 申し込み 往復ハガキに「バランス」と住所・氏名(ふりがな)・年齢・生年月日・電話番号、返信面の宛名を書いて、11月10日(必着)までに大横保健福祉センター(〒192-0062大横町11-35 ☎625・6501)

◆介護予防教室「バランスアップ運動」

◆障害者文化展「感じたままに伝えたい」の作品募集

ご家庭に、協力員を派遣する家事援助サービスです。家事援助を行っていただける協力員を募集するため、説明会を開催します。
 対象 20歳以上の方
 日時 11月27日(火)午後2～4時
 会場 ボランティアセンター南大沢分室
 申し込み 電話で社会福祉協議会(☎649・5010)

◆新しい介護サービス事業者ガイドブックを発行

介護保険のサービス提供事業者の情報を紹介する冊子「ハートページ」を発行しました。今回から、掲載内容を充実させるため、高齢者向けの事業を紹介するハンドブック「すこやかにいふ」と合冊しています。市役所1階高齢者支援課、介護保険課、各事務所・地域包括支援センターなどで配布しています。問い合わせは高齢者支援課(☎620・7294)へ。

◆パソコン講習会(知的障害者向け)

対象 市内在住・在勤・在学の方(介助者の同席可)
 日時 11月24日、12月1・8・15日の午前10時～正午(全4回)
 会場 心身障害者福祉センター
 定員 5名(抽選) 費用 600円
 申し込み 往復ハガキに「パソコン(知)」と住所・氏名(ふりがな)・障害名(等級)・電話番号、返信面の宛名を書いて、11月16日(必着)までに八王子市中心身障害者福祉センター(〒193-093

ど：12月13日(木) ▼骨粗しょう症予防法とリフレッシュ(運動実技あり)：12月18日(火) ※全2回。12月13日のみの参加も可
 時間 午前10時～正午
 会場 保健センター
 定員 各20名(先着順)
 費用 無料
 申し込み 11月2日から電話で大横保健福祉センター(☎625・6200)

◆南大沢保健福祉センターの教室

1台町2-7-22 ☎624・5850

■らくらくヨガ教室

対象 市内在住で60歳以上、または障害のある方
 日時 11月15日(木)午後2時～3時30分
 会場 南大沢保健福祉センター
 定員 20名(先着順) 費用 100円

■教室「糖尿病の食事・食べ方・選び方で変わる血糖値」

対象 糖尿病、または血糖値が高めの方(家族も可)
 内容 栄養士の講話
 日時 12月4・11日の午後1時30分～3時30分(全2回)
 会場 南大沢保健福祉センター分室
 定員 20名(先着順) 費用 無料
 申し込み 11月2日から電話で南大沢保健福祉センター(☎679・2205)



託児は予約が必要です。
詳しくはお問い合わせ
ください。

養育家庭体験発表会



市と都は、さまざまな理由で親と暮らすことのできないお子さんを、一定期間家庭に迎えて養育していただく「養育家庭(養育里親)制度」を推進しています。そこで10・11月の里親月間に合わせて、養育家庭の方の体験発表と島田療育センターはちおうじ所長・小沢浩さんによる講演を行います。

日時 11月15日(木)午後2～4時 **会場** ㈱クリエイトホール **定員** 170名
(先着順) **費用** 無料 **申し込み** 不要、直接会場へ **問い合わせ** 子ども家庭支援センター(☎656・8225)

たにぞうファミリーコンサート

ご当地ソング「ぼくらの八王子」を作曲した谷口國博(たにぞう)さんによるコンサートを開催します。

対象 八王子、または日野市在住・在学中で18歳以下のお子さんとその保護者(小学生以下は保護者同伴で) **日時**



▲谷口國博(たにぞう)さん

来年2月3日(日)午後1時～2時30分、4時～5時30分(希望時間は指定できません) **会場** ひの煉瓦ホール **定員** 各千名(抽選) **費用** 無料 **申し込み** 往復ハガキ(1世帯1枚3名まで)に参加者全員の氏名・年齢・代表者の電話番号、必要な座席数(3席まで)、返信面の宛名を書いて、11月30日(必着)までに日野市立基幹型あさひがわか児童館ファミリーコンサート係(〒191・0065日野市旭が丘2・42・5) **問い合わせ** 子育て支援課(☎620・7248)

講座「プレママさん赤ちゃんと遊ぼう」

対象 市内在住の妊婦 **日時・会場** 11月13日(火)午後1時30分～3時：地域子ども家庭支援センター石川(☎648・0040) 11月27日(火)午前10時～正午：地域子ども家庭支援センターみなみ野(☎635・4152) **定員** 各10名(先着順) **費用** 無料 **申し込み** 11月2日から直接、または電話で各センターへ

子育てを支援

来年4月入園の保育園児を募集 11月12日から入園のしおりを配布

来年4月の認可保育園の入園児を募集します。現在入園を待ちの場合や転園を希望する方も改めて申し込みが必要ですが、申し込みができるのは、保護者が次のいずれかに該当し、ほかの家族も保育できない場合に限りです。

- ▼外勤、自営、内職をしている
- ▼病氣(入院または療養中)
- ▼出産(出産予定月とその前後2か月ずつ計5か月間受け入れ)
- ▼身体障害者手帳1～4級、または愛の手帳1～4度をお持ちの方
- ▼家族の介護をしている
- ▼求職中など



▲みんなと一緒に

から市役所4階子育て支援課、各保育園・事務所、市のホームページで募集人員 11月15日以降に市のホームページでご覧になるか、子育て支援課までお問い合わせを
開所時間・所在地 「入園のしおり」や各配布場所にある「保育園一覧簿」で確認を
受付期間 12月3～14日(土・日曜日を除く)

受付場所・時間 ▼子育て支援課、浅川・由木・元八王子・北野事務所：午前8時30分～午後5時 ▼八王子駅南口総合事務所：午前8時30分～午後7時(14日は5時まで)
▼各保育園：各園にお問い合わせください

※12月8日(土)と9日(日)は市役所1階市民ロビーと八王子駅南口総合事務所で午前9時から午後5時まで受付を行います。
提出書類 ①入園のしおりの中にある申込書、②在職証明書など保育に欠ける要件の分かる書類、③受託証明書、④平成24年分所得税額の分かる書類
※②④は父母ともに必要。2人以上の入園を申し込む場合は申し込む人数分ご用意を。
問い合わせ 子育て支援課(☎620・7369、FAX621・2711)へ



市からのお知らせ

募集

■東浅川保健福祉センターの 母子保健指導員(保健師)

対象⇒普通自動車運転免許と保健師の資格をお持ちの方 任期
⇒来年1～3月 募集人員⇒若干名(選考) 申し込み⇒電話連絡のうえ「これからの母子保健について」の作文(800字以内)と、保健師免許証の写しと履歴書を持って、11月20日までに直接、東浅川

保健福祉センター(☎667・1331)

■都営住宅の入居者

募集内容⇒①家族向け・単身者向け(一般募集住宅)、②若年ファミリー向け・多子世帯向け(定期使用住宅)、③若年ファミリー向け
募集案内の配布⇒11月1～9日に市役所5階住宅対策課、各事務所・図書館、クリエイトホール、市住宅・都市整備公社(大和田町五丁目)、都・住宅供給公社八王子窓口センター(横山町)で 申し込み
⇒申込書に必要事項を記入して、11月13日(必着)までに所定の封筒で郵送 問い合わせ⇒住宅対策課(☎620・7385)、または都・住宅供給公社募集センター(☎0570・010810)

■読書感想文コンクールの作品

読書週間に合わせて、子どもた

ちの読書への関心を高めるため、読書感想文を募集します。対象は市内在住・在学の小・中学生。申込期限は11月30日(必着)です。応募方法など、詳しくは市のホームページをご覧ください。問い合わせは東京八王子西ロータリークラブ(☎627・6033)、または生涯学習センター図書館(☎648・2233)へ。

■上柚木公園と南西部地区公園の指定管理者

来々年4月から都市公園の管理を行う指定管理者を募集します。対象など、詳しくは市のホームページをご覧ください。問い合わせは公園課(☎620・7269)へ。

■はちおうじ就職ナビの バナー広告

新卒の求人情報や、市内企業を紹介する「はちおうじ就職ナビ」

のバナー広告を募集します。広告掲載期間は、12月から来年3月まで。申込期限は11月22日です。応募方法など、詳しくは市のホームページをご覧ください。問い合わせは産業政策課(☎620・7252)へ。

教育

■不登校の子どもたちを支援する学校などの説明会

対象⇒市内在住で小・中学生の子どもの保護者 内容⇒高尾山学園や教育センター内の相談学級などの説明、施設見学、利用に関する相談 日時⇒12月2日(日)午前10時～正午 会場⇒教育センター 申し込み⇒電話で教育センター(☎663・3216)

税金

■住宅改修などによる固定資産税の減額は申告を

長期優良住宅の新築、または耐震・バリアフリー・省エネ改修工事(二戸あたり工事費30万円以上。二戸あたり一回)を行った住宅を対象に固定資産税を減額します。新築工事は工事完了日から翌年1月までに、改修工事は工事完了日から3か月以内に申告を。各工事により要件や申告方法などが

異なります。詳しくは、資産税課(☎620・7350)までご相談ください。

■差し押さえた物件を インターネットで公売

市税の滞納で、市が差し押さえたバッグなどをインターネットによるオークション形式で公売します。参加するには、11月2日午後1時から16日午後11時まで事前登録が必要です。申込方法など、詳しくは11月2日午後2時以降、市のホームページをご覧ください。また、公売物件を11月6日(火)午後1時から4時まで市役所7階702会議室で公開します。

都市づくり

■八王子駅北口マルベリーブリッジの延伸工事にご協力を

11月中旬から、マルベリーブリッジの東放射線方向への延伸工事を行う予定です。平成26年2月までの工事期間中は、歩道が狭まるなど、ご不便をお掛けしますが、ご協力をお願いします。問い合わせは建設課(☎620・7278)へ。



▲八王子でとれた地場産の野菜がずらり

JA八王子農業祭

八王子産の農林畜産物の品評会や新鮮な野菜・植木の販売を行う「JA八王子農業祭」が開催されます。模擬店や搾乳体験ができるコーナーなどもあります。

日時 11月10・11日の午前10時～午後4時
会場 富士森公園
問い合わせ JA八王子(☎666・6511、FAX666・6509)、または農林課(☎620・7250、FAX627・5951)へ

防災・くらしの安全

■秋の火災予防運動

11月9日から15日までは「秋の火災予防運動」期間。市や八王子消防署では、期間中に次の催しを開催します。問い合わせは防災課（☎62072008）へ。

▼ファイヤーフェスティバル

内容＝消防演習、防火パレードなど
日時＝11月11日(日)午前9時20分～午後3時30分
会場＝西放射線ユーロード周辺など

■消費者力アップ講座

対象＝市内在住・在勤・在学の方
テーマ・期日＝私のエンディングプラン：12月7日(金)、消費者としてユニバーサルデザインを知る：12月18日(火)
時間＝午後2～4時
会場＝クリエイティブホール 定員＝各25名(先着順) 費用＝無料
申し込み＝11月2日から直接、電話、または講座名と氏名・電話番号を書いて、ファックスで消費生活センター（☎6315456、FAX6430025）

■夕焼け小焼けのチャイムの放送時間を午後4時に

防災行政無線の機能点検のため、毎日午後5時1分に行っている「夕焼け小焼け」のチャイムの放送時間を、11月1日から来年2月28

日まで午後4時に変更します。問い合わせは防災課（☎62072007）へ。

産業・くらし

■八王子繊維・ファッション総合展

日時＝11月7～11日の午前10時～午後9時（11日は5時まで）
会場＝セレオ八王子北館 問い合わせ＝八王子織物工業組合（☎6248800）、または産業政策課（☎6207379）

■大学など卒業予定者就職面接会と保護者向けセミナー

来年3月に大学などを卒業予定、または卒業後3年以内の方向けの面接会とその保護者を対象にセミナーを開催します。
内容・日時＝①保護者向けセミナー：11月8日(木)午前10時～11時30分、②面接対策セミナー：11月14日(水)午前10時～11時30分、③就職面接会：11月14日(水)午後1～4時
持ち物＝③のみ履歴書(写真貼付)数通
会場＝学園都市センター 定員＝①②50名(先着順) 費用＝無料
申し込み＝①②は電話で新卒応援ハローワーク八王子、③は不要、直接会場へ
問い合わせ＝新卒応援ハローワーク八王子（☎6319505）、または産業政策課（☎6207252）

救急診療

- 毎日の午後8時～11時
夜間救急診療所(小児科・内科)
☎625-9910 台町4-33-13
小児・障害メディカルセンター内
※まずは夜間救急診療所へ。
- 随時(24時間)
南多摩病院(小児科)
☎663-0111 散田町3-10-1
- 奇数日の午後11時～翌朝
東海大学八王子病院(小児科)
☎639-1111 石川町1838
- 偶数日の午後11時～翌朝
東京医大八王子医療センター(小児科)
☎665-5611 館町1163

- 症状が重く、特に緊急を要する場合
- 奇数日の通常診療終了～翌朝(日曜・祝日は午前8時30分～翌朝)
東海大学八王子病院(小児科)
☎639-1111 石川町1838
 - 偶数日の通常診療終了～翌朝(日曜・祝日は午前9時～翌朝)
東京医大八王子医療センター(小児科)
☎665-5611 館町1163

救急車を呼ぶべきか迷ったら
消防庁救急相談センター(24時間)
☎#7119または☎042-521-2323

- 救急病院の案内(24時間)
- 消防庁救急相談センター
☎042-521-2323
 - 八王子消防署 ☎625-0119
 - 東京都保健医療情報センター
☎03-5272-0303

休日歯科応急診療所(午前9時～午後4時)
☎622-7026 台町4-33-13
小児・障害メディカルセンター内

※休日当番医は市のホームページでもご確認ください。



▼休日耳鼻咽喉科

11日(午前9時～午後5時)
堀医院
長沼町202-7 ☎635-9727
地図：長沼、北野街道、北長沼、長沼小、平山城址公園、はたる公園、神土服店、北野街道

▼休日産婦人科

午前9時～午後5時
米山産婦人科病院
新町 2-12 ☎642-5225
地図：北大通り(20号バイパス)、新町、市守神社、森並木通り、甲州街道、八王子駅、追分町

▼休日救急診療の内科・外科・小児科

4日(午前9時～午後5時)

<p>大熊内科クリニック 千人町2-19-15 長塚ビル3階 ☎667-3488</p> <p>地図：甲州街道、中央図書館前、西八王子、高尾</p>	<p>東京天使病院 (内) 上巻分方町50-1 ☎651-5331</p> <p>地図：上巻分方小、元八王子市民センター、上巻分方町、陣馬街道、陣馬高原、二分方入口</p>
<p>堀越医院 北野台4-27-3 ☎635-3776</p> <p>地図：国道16号、16号バイパス、高尾小、高尾小、白山通り</p>	<p>南大沢クリニック (内) 南大沢5-14-4-1 ☎674-7766</p> <p>地図：三徳プラザ前、長久保、南大沢五局、宮上中、宮上小、宮上小、東京大学、内裏橋</p>

3日(午前9時～午後5時)

<p>内科・循環器内科クリニック高田 (内) 別所2-2-1クレリア 京王堀之内パークナード2 ☎670-2039</p> <p>地図：京王堀之内、南大沢、京王堀之内駅前郵便局、秋葉台小、入口</p>	<p>京王八王子駅前診療所 (内) 明神町4-7-1京王駅前ビル5階 ☎645-8228</p> <p>地図：甲州街道、八王子駅、保健所</p>
<p>平整形外科クリニック (外) 本町4-8 ☎655-3150</p> <p>地図：NTT、北大通り(20号バイパス)、追分町、いちようホール、いちようホール通り</p>	<p>澤田内科クリニック (内) 東浅川町519-3 ☎669-5606</p> <p>地図：甲州街道、中央線、高尾、東浅川小、陵南中、万葉やき通り</p>



▲冠木門(かぶきもん)をくぐって御主殿へ

八王子城跡を 探検しよう

日本100名城に選ばれた八王子城跡の秘密を探るウォークラリーです。

対象 小・中学生のお子さんとその保護者
日時 11月23日(祝)午前10時～午後3時(ゲームの時間は2時間程度・雨天中止)

会場 八王子城跡
定員・費用 30名(抽選)・200円
申し込み 往復ハガキに「八王子城跡を探検しよう」と参加者全員の氏名・年齢・代表者の電話番号・返信面の宛名を書いて、11月12日(必着)までに文化財課(〒192-8501 ☎620・7265、FAX626・8554)へ
※集合時間は、各自異なります。当選ハガキでご確認ください。

■マンション研究会
対象 市内の分譲マンションの居住者、または管理組合の方
内容 マンションの建て替えについて
日時 11月18日(日)午前10時～11時

会場 あったかホール
申し込み 11月2日から直接、または電話であったかホール(☎645・0025)

■アクティブ市民塾「災害くその時自分を家族を地域を守る方法」
内容 災害救護などの奉仕活動を行っている団体の紹介
日時 11月25日(日)午前10時30分～12時30分
会場 市民活動支援センター
定員 30名(先着順)
費用 無料
申し込み 電話で市民活動支援センター(☎646・1577)

▼子どものクローラ息継ぎ教室
対象 市内在住・在学の小中学生
日時 11月14日～12月19日の月水曜日の午後4時50分～5時50分(全10回)
定員 20名(先着順)
費用 1万円
▼おとなのクローラ息継ぎ教室
対象 市内在住・在勤で16歳以上の方
日時 11月21日～12月19日の月水曜日の午後0時50分～1時50分(全8回)
定員 12名(先着順)
費用 8千800円

■あったかホールの水泳教室
対象 市内在住・在勤で16歳以上の方
日時 11月14日～12月19日の月水曜日の午後4時50分～5時50分(全10回)
定員 20名(先着順)
費用 1万円

分にクリエイトホール前 定員 20名(先着順)
費用 無料
申し込み Eメールに住所・氏名・電話番号・大学名(学年専攻も)を書いて、11月27日(11月16日に八王子国際協会 ☎642・7091、Eメール koto80@nifty.com)
■講座「パートタイム労働法と就業先選びのコツ」と労働相談会
対象 市内在住・在勤でパートタイムで働いている、または働きたい女性
日時 12月3・10日の午後1時30分～3時30分など(全2回)
会場 クリエイトホール
定員 30名(抽選)
費用 4000円
申し込み 往復ハガキ、ファックス、Eメールに講座名、住所・氏名、年齢・電話番号、往復ハガキは返信

面の宛名を書いて、11月15日(必着)までに男女共同参画センター(〒192-0082 東町5-6 ☎648・2230、FAX644・3910、Eメール h0509000@city.hac.noi.tokyo.jp) ※市のホームページからも申し込みできます。また、2歳～就学前のお子さんを10名(抽選)お預かりします。「託児」とお子さんの名前・年齢のお書き添えを。
■女性向け創業セミナー
対象 起業を考えている女性
日時 11月14日(水)午後1時30分～4時
会場 ハニカムステージ(東町) 定員 20名(先着順)
費用 無料
申し込み ブルーム交流カフェのホームページで問い合わせ
せ 2 たましん事業支援センター

(☎0120・778・265)、または産業政策課(☎620・7252)
講座・教室
■伝統文化ふれあい事業「説経節体験 発表講座(追加募集)」
対象 中学生以上の方
内容 日時 講座：11月24日、12月1・8・15・22日、来年1月5・12・19日の午後2～4時、合同練習：1月29日、2月5日の午後6時30分～8時30分、リハーサル：2月8日(金)午後6～9時(全11回)、発表会：2月9日(土)午前9時30分～午後4時
会場 いちようホールなど
定員 10名(抽選)
費用 7千円
申し込み 電話または「説

▼休日救急診療の内科・外科・小児科

<p>11日(午前9時～午後5時)</p>	
<p>いわつぼ小児クリニック 西片倉3-1-4 第2みなみ野クリニック3階 ☎637-3981</p>	<p>ふれあいつつじヶ丘診療所 横川町668-69 ☎626-0311</p>
<p>安藤外科内科クリニック 小門町18 ☎622-4561</p>	<p>古谷医院 西片倉3-1-21 みなみ野クリニック2階 ☎632-6866</p>

催し

■道の駅八王子滝山の催し

- ①市内農家による花・植木販売会
日時 11月3・4日の午前9時～午後3時
- ②福祉チャリティー展示即売会
内容 日用雑貨、手づくり品などの販売 日時 11月10・11日の午前9時～無くなり次第終了
- ③親子だいきん収穫体験ツアー
対象 小学生のお子さんとその保護者(2人1組) 集合 11月17日(土)午前11時に道の駅八王子滝山(解散は午後1時頃同所) 定員 20組(先着順) 費用 500円



▲つぶらな瞳が愛らしい「はっちお〜じ」

観光PRキャラクター「はっちお〜じ」に決定

市は、市内の観光地などをPRする「観光PRキャラバン事業」に取り組んでいます。この事業で使用するキャラクターのデザインと愛称を本紙9月1日号で募集。全国各地から564件の応募をいただきました。選考の結果、三巻保征さんの「はっちお〜じ」に決定。

今後「はっちお〜じ」は、観光キャラバン隊ののぼりやグッズなどに活用していきます。

問い合わせ 観光課(☎620・7378、FAX627・5951)、またはJTB法人東京西東京支店(☎042・521・5550、FAX042・521・5558)へ

その他

- 会場 道の駅八王子滝山 申し込み ①②は不要、直接会場へ、③は11月2日から電話で道の駅八王子滝山(☎696・1201)
- 歳末たすけあいバザー
日時 11月3日(祝)午前9時～正午 会場 八王子繊維貿易館(八幡町) 問い合わせ 社会福祉協議会(☎620・7338)
- 男女が共に生きるまち八王子プランの進行状況を報告
市は「男女が共に生きるまち八王子プラン(第2次)」を基に、男女共同参画社会の実現のため

- の施策を推進しています。このほど、平成23年度の進行状況を評価した報告書をまとめました。結果は次年度以降の評価や次期行動計画などに反映させていきます。
- 報告書は、市役所1階市政資料室、男女共同参画センター、各事務所・市民センター・図書館、市のホームページなどでご覧になれます。問い合わせは男女共同参画センター(☎648・2230)へ。
- 八王子市の概要を販売
市政の概況をまとめた冊子「八王子市の概要(平成24年度版)」を販売しています。サイズはA5判で、価格は1冊100円。

円。販売場所は市役所1階市政資料室と八王子駅南口総合事務所です。問い合わせは都市戦略室(広報担当 ☎620・7228)へ。

■11月の市民体育館の一般利用中止

▼エアロ系シェイプビート、ヨガ・ストレッチ、和弓：3日(祝) バドミントン：23日(祝)

■11月の市民体育館の一般利用時間変更

卓球：3日(祝)午後7時～9時30分

■11月の甲の原体育館の一般利用中止

▼シェイプアップエアロビクス：3日(祝) ▼初心者ヨガ：23日(祝)

■11月の甲の原体育館のプールレッスン中止

▼泳法指導：3日(祝) ▼アクアビクス：23日(祝)

■東浅川保健福祉センターのプールの利用中止

東浅川保健福祉センター(☎667・1331)の室内プールは、設備点検と清掃のため11月8日から12日まで利用できません。

■夢美術館の休館

夢美術館(☎621・6777)は展示替えのため、11月13日から

空間放射線量(10月17日)

問い合わせは放射線相談窓口(☎620・7283)へ

測定場所	測定値	測定場所	測定値
富士森公園(台町二丁目)	0.06	松竹農村公園(下恩方町)	0.10
清水公園(犬目町)	0.07	落合公園(高尾町)	0.08
わくわくビレッジ(川町)	0.07	大塚公園(松が谷)	0.05
宇津貫公園(七国六丁目)	0.05	久保山公園	0.06
上柚木公園	0.05	美山中央児童遊園	0.11
鳥栖公園(川口町)	0.10	大和田河川敷広場	0.08

※地上1mで測定。単位はマイクロシーベルト/時。測定値は、震災前の値(新宿区百人町で測定)と大きな差はありません。

29日まで休館します。

なお、11月30日から12月16日まで八王子ゆかりの作家の常設展を開催。観覧料は100円です。

■南大沢図書館の臨時休館

南大沢図書館(☎679・2201)は、蔵書点検のため、11月12日から20日まで休館します。休館中の図書の返却は、ブックポストのご利用を。ただし、CDやビデオ・DVDは、ほかの各図書館、または11月21日以降に直接カウンターへお返しください。



市内全域、路上での歩きたばこは禁止です

11月相談カレンダー

※印は祝・休日を除きます。定員がある相談もあります。

相談名	日時	会場・問い合わせ	相談名	日時	会場・問い合わせ
人権	12日午後1～3時	市役所総務課 ☎620・7201予約は電話で	高齢者総合	※月～金曜日の午前8時30分～午後5時	市役所高齢者支援課 ☎620・7420
女性福祉	※月～金曜日の午前9時～正午、午後1～4時	市役所生活福祉課 ☎620・7443予約は電話で	成年後見制度・権利擁護	13・27日の午後2～4時	市役所内社会福祉協議会 ☎620・7365予約は電話で
女性のための	相談	※木曜日(29日を除く)の午後1～4時	ひとり親家庭	※①月～金曜日の午前9時～正午、午後1～4時、②9日午後2～4時	①市役所子育て支援課、②八王子駅南口総合事務所 予約は電話で子育て支援課☎620・7362へ ②は5日午前9時から受け付け
	カウンセリング	※水・土曜日の午前9時～正午、9・16日の午後4～7時、26日午後1～4時			
	弁護士相談	24日午後2～5時			
法律	※①月・水・金曜日の午後1時10分～4時10分、②火曜日の午後3時45分～7時、木曜日の午後1時30分～4時30分、③金曜日の午後1時30分～4時30分	①市役所暮らしの安全安心課、②八王子駅南口総合事務所、③南大沢事務所 予約は月曜日(祝・休日の場合は前週の金曜日)の午前9時30分から電話で暮らしの安全安心課☎620・7227へ	専門家による子育て相談	毎週日曜日の午前11時～正午(1週目…歯科医師、2週目…薬剤師、3週目…小児科医師、4週目…栄養士)	クリエイティブホール1階 子ども家庭支援センター ☎656・8225 日時が変更になる場合があります
			子ども家庭総合	午前9時～午後7時(日曜日、祝・休日は5時まで。第1火曜日を除く)	クリエイティブホール1階 子ども家庭支援センター ☎656・8225
不動産	6・20・27日の午後1時～3時30分	市役所暮らしの安全安心課☎620・7227 予約は当日午前9時30分から電話で	総合教育相談室	※月～金曜日の午前8時30分～午後5時	教育センター ☎664・6949
登記	13日午後1時～3時30分		こども電話相談	※月～金曜日の午前8時30分～午後5時	教育センター ☎664・3665 (子ども専用)
税金	7日午後1時～3時30分		あなたの相談室	※火・木・金曜日の午前10時～午後3時	市役所検査棟1階相談室 ☎621・5657 面談の予約は電話で
相続・遺言等暮らしの手続	1・8・15・22日の午後1時～3時30分		こころの健康相談	※月～金曜日の午前9時～午後4時30分	保健所保健対策課 ☎645・5111
年金・雇用保険労働条件	9日午後1時～3時30分		HIVに関する相談・検査	※水曜日の午後1時30分～4時30分	医療に関する電話相談
交通事故	※木曜日の午後1時20分～4時30分	消費生活相談	※月～土曜日の午前9時～午後4時30分	保健・栄養相談	※月～金曜日の午前9時～午後4時
弁護士による消費生活相談	13・22日の午後1時30分～4時30分	消費生活センター ☎631・5455	理学療法士による健康相談	20日午後1時30分～4時(65歳以上の方)	大横保健福祉センター ☎625・6501予約は電話で
外国人の生活相談	※月～土曜日の午前10時～午後5時	八王子スクエアビル11階 八王子国際協会 ☎642・7091	保健福祉・栄養	午前9時～午後4時(第2月曜日を除く)	東浅川保健福祉センター ☎667・1331予約は電話で
	行政書士相談		10日午後2～5時	理学療法士による健康相談	8日午前9時～11時30分(65歳以上の方)
団塊・シニア世代の地域参加支援	※月～金曜日の午前8時30分～午後5時15分	市役所協働推進課(支援デスク)☎627・0802	保健福祉・栄養	※月～土曜日の午前9時～午後4時	南大沢保健福祉センター ☎679・2205、FAX679・2214予約は電話、またはファックスで
住まいのなんでも相談	12～16日の午前9時～午後4時	市役所1階市民ロビー・住宅対策課☎620・7260	理学療法士による健康相談	13日午後1時15分～4時10分(65歳以上の方)	

悪質商法被害防止啓発講演会

落語で学ぶ悪質商法の手口

笑福亭松枝さんの講演・落語「許すな悪質商法」手口教えます」のほか、八王子警察署による悪質商法被害の現状に関する講話を行います。

対象 市内在住・在勤・在学の方
日時 11月27日(火)午後2～4時

会場 いちようホール
定員・費用 800名(先着順)・無料
申し込み 電話、または「悪質商法講演会」と氏名・電話番号を書いて、ファックスで消費生活センター(☎631・5456、FAX643・0025)へ

夢街道駅伝の参加チームを募集

力の限り夢を追え

来年2月10日(日)に開催するスーパーアルプス第63回全関東八王子夢街道駅伝競走大会に参加するチームを募集します。
部門 ①一般男子、②大学男子、③高校男

子、④市内中学男子、⑤一般女子、⑥高校女子、⑦市内中学女子
定員 ①は180チーム(先着順)、④⑦は合わせて40チーム(抽選)
申し込み 各市民センター・事務所・体育館、上柚木公園陸上競技場、市役所1階市民ロビー、6階観光課、7階国体推進室、市のホームページで配布する申込用紙に必要事項を記入して、12月7日(必着)までに現金書留、または参加費を添えて直接、全関東八王子夢街道駅伝競走大会実行委員会事務局(市民体育館内〒193・0931台町2・3・7 ☎25・7111、FAX627・5935)へ

▲全力でラストスパート



※①はRUNNET(http://runnet.jp)からのみ、②③⑤⑥はRUNNETからも申し込みができます。

豚肉のおろし煮



☞カロリーを抑えたい時は豚のもも肉でも

材料(2人分)

- ▶豚の肩ロース肉(薄切り)100g ▶大根200g
- ▶白菜100g ▶春菊60g ▶万能ねぎ2本
- ▶酒 大さじ1 ▶ポン酢しょうゆ、七味唐辛子 適量

ヘルシーレシピ

しっかり食べよう野菜 1日350グラム



1人分 エネルギー187kcal 野菜量190g

つくり方

- ① 白菜は1.5cm幅に、春菊は5cmにざく切り、肩ロース肉は一口大に切る。大根は皮をむいてすりおろす。
- ② フライパン、または土鍋に白菜、豚肉、大根おろしの順で1/3ずつ上に重ねていく。
- ③ 酒をふりかけたらふたをして火にかけ、煮立ったら弱火にして7～8分煮る。春菊をのせてふたをして、さらに1～2分煮る。
- ④ 器に取り分け、小口切りにした万能ねぎを散らし、ポン酢しょうゆでいただく。お好みで七味唐辛子をふる。

レシピ提供・調理 八王子管理栄養士の会

世帯と人口 (平成24年9月末日現在)

住民基本台帳		前月比	住民基本台帳		前月比	
人口	男	283,458	+40	世帯数	254,154	+240
	女	281,127	+194	うち外国人住民	前月比	
	計	564,585	+234	人口	9,013	+162

国勢調査の集計結果 (平成22年10月1日現在)

人口	男	293,462	世帯数	
	女	286,591		249,893
	計	580,053		

※市内に居住している方の実態を表しています。

※7月の制度改正により、外国人住民の方も住民基本台帳人口に含まれています。

八王子市役所

☎042・626・3111(代表)

〒192-8501元本郷町3-24-1

http://www.city.hachioji.tokyo.jp/

http://mobile.city.hachioji.tokyo.jp/ (モバイル版)



本紙は毎月1日
と15日に発行

編集 都市戦略室(広報担当)

☎620・7228

FAX626・3858

配布 シルバー人材センター

☎626・1274

FAX626・5159